

## 学校における保護者を対象としたグループの試み

小 林 愛

### I は じ め に

グループによるアプローチは、個別療法とは異なる独自の効果が指摘されており医療をはじめ様々な領域で実践されている。思春期・青年期に関連したものでは、不登校や引きこもりに関する報告が多い。

富田ら(2003)<sup>1)</sup>は、公的機関において引きこもりで相談に来ている親を対象に、講義とフリーディスカッションなどを交えた親の会を実践し、その有効性について報告している。そこでは、参加者の感想から、親の会を通じてともに学習し語りあうことでお互い励ましあう関係が生まれたこと、知識の獲得が家族の自己否定感を和らげ行動に変化を与え、家庭内の相互作用に影響を与えていったことが指摘されている。また、佐々木ら(2000)<sup>2)</sup>も公的機関において引きこもりをはじめとする心の悩みを持つ思春期・青年期の子どもを持つ親を対象に、小講義と自由な話し合いを組み合わせた親の会を実践し、参加の中で親自身に変化していく経過、それに前後するようにして子どもの変化が見られる様子を報告している。

また、学校現場に関連したグループは、石井(2005)<sup>3)</sup>がスクールカウンセラー(以下SC)の立場から、学校の中で子育てについて語る会を実施したものがあげられる。それは、対象者に保護者の他に地域住民も含めており、いつでも自由に参加できる形態をとった自由度の高いグループの実践報告である。そこでは、日常の親子の会話が話題となりその中で共通した親の気持ちが繰り返り話しされたこと、仲間意識の高まりがあり互いに労をねぎらいあう経過があったことが指摘されている。しかし、このような学校現場に関連したグループの報告は少ない。

筆者がSCとして勤務している学校では、教務スタッフにより保護者を対象としたグループ活動が立ち上げられていた。それは、「日常の子育てについて気軽に話し合える場があれば、それは保護者の心理的な支えになるのではないか。」といった教務スタッフの日頃の経験に基づいた思いから立ち上げられたものであった。グループ活動の趣旨として、出来るだけ多くの人に参加してもらい、参加することで何らかのきっかけをつかんで欲しいという方向性があった。このようなグループ活動に、当初筆者はそのひとコマに講義を担当する形で参加していたが、SCの年間活動計画を見直す中で継続して参加する運びとなった。既存のグループ活動は、参加対象が学校全体の保護者および保護者の友人、知人であり、テーマは「日常の子育てについて」と幅広いものであった。これは、メンバーが固定しにくく、常に新規参加者がいる可能性がある自由度が高いゆるやかな構造のグループである。そのため、参加者にこのグループは自分にとって安全な場であ

ろうかといった初期不安を常に引き起こす可能性が高いものととれた。そこで実施に伴いいくつかの配慮を行った。結果として、グループが参加者にとってある種の満足を体験する場として体験されていたことが、アンケート結果およびグループプロセスからうかがわれた。

そこで、本論文では、このような自由度の高いグループの意義についてグループプロセスおよび参加者の感想を基に考察を深めること、ならびに実践の中で見えてきたスタッフの関わりについて考察を深めることを目的とする。

## II 事例の概要

### 1. グループ参加の経緯

X年・1年8月、教務スタッフが、子育てについて皆で考えよりよい親子関係を築くことを主な目的とし、保護者グループ活動を立ち上げた。対象は学校在籍中の保護者全員であり、実施頻度は2か月に1回2時間の設定で、内容はセッションごとにテーマを設け、テーマに関する講演およびディスカッション、食事会などをする形式であった。教務スタッフの意向として、多数の参加者がおり気楽に楽しめる雰囲気の会にしようというものがあり、レクや昼食会などの内容が設定され工夫されていた。そのような活動のひとつに筆者に講演依頼があり「子供への接し方について」というテーマで実施した。数か月後に、再度筆者に講演依頼があったが、2回目については、前回の雰囲気を踏まえ講演をメインとするものではなくディスカッションを主な会として実施した。年度末となり、次年度のSC業務に関する活動計画を教務スタッフと打ち合わせる中で、保護者グループ活動への関わりも話題となり、筆者が継続して参加する流れとなった。

### 2. グループの構造

次に、実施したグループの構造を述べる。

- 1) 開催頻度：月1回2時間。
- 2) 対象：学校に在籍する生徒の保護者とし誰でもいつからでも参加が可能とするオープングループの形式とした。
- 3) 内容：講義を設定したセッションとディスカッション中心のセッションを交互に設けた。
- 4) グループへの導入および内容：毎回グループ開始時に教務スタッフが会の趣旨、ルールおよびこれまでの経過を説明し、その後参加者の自己紹介を実施した。講義を設定したセッションは、グループへの導入の後、講義が最大50分としその後1時間ディスカッションとした。ディスカッション中心のセッションは、グループへの導入の後、「話したいことをどなたからでもどうぞ」と伝え導入。また、いずれのセッションも終了30分前にメンバー全員で本日のグループの振り返りを行った。
- 5) 講義で扱うテーマ：前年度のグループ活動の中で出されたものを取り上げて組み立てた

が、回数を重ねる中で再度参加メンバーに要望を聞き設定していった。

- 6) スタッフ：コンダクターはSCが、コ・コンダクターを教務スタッフが行った。教務スタッフはグループ担当スタッフを中心に数名で持ち回りの参加であった。
- 7) レビュー：グループ終了後参加スタッフで約20分のレビューを実施。
- 8) グループの目的：相互に語りあう中で、参加者がともに支えあう体験をすることと考え、ディスカッションの時間を多くとることを心がけた。
- 9) アンケート：グループ終了後に毎回アンケートを実施した。内容は、本日の会に参加してみた感想、今後のグループに対する意見・要望の2項目でいずれも自由記述とした。

### 3. 実施上の工夫

設立当初の教務スタッフの趣旨を踏まえグループの構造を考えると、参加者を特定し継続的に関わるグループの設定は現実的ではなかった。しかし、毎回新規参加者がいる可能性がある構造は、初期不安を常に強める可能性が高くグループに対する安心感が育ちにくいことが推測された。そこで、初期不安を軽減する目的で、対象を学校に在籍する生徒の保護者と限定し、さらに石井(2005)<sup>3)</sup>高良(2002)<sup>4)</sup>を参考に、毎回会のはじめに教務スタッフより会の趣旨およびこれまでの流れを説明すること、スタッフも含めた参加者がその都度自己紹介をすることを組み入れた。

次に、グループの中で自らの体験を語ることや他者の体験を聴くことは心理的に負担となる場合もあると、これまでの筆者のグループの実施体験から推測された。そこで、本グループは実施頻度が2か月に1回でありこの回数はグループによって体験されたことの繋がりが持ちにくいものであり、また心情が強く動かされた時のフォローがしにくいものと推測された。そこで、まず、開催を月1回とし、さらにその場で生じたことを出来るだけその場で収めることをねらいとし、グループの終了前30分間はグループで生じたことの振り返りの時間を組み入れた。

また、相田(2003)<sup>5)</sup>はコンダクターの役割として「伝え、繋ぐ機能」を挙げ、伝え、繋ぐ箇所として「メンバー相互の間、個人における意識的言動と隠されている感情体験との間隙、ある事象と背後の状況との間、またはグループの内と外など」を挙げている。筆者は関わりのスタンスとして、このような「伝え、繋げていく」という視点をできるだけ心がけグループに関わりを持った。

## III 事例の経過

### 1. グループの概要

実施回数は全11回で、参加のべ人数59名、参加者数平均5.3名(1名から12名)であった。講演テーマは「医療に関する情報」「子供への接し方のこつ」「苦しい時の発想の転換方法」「夏やすみの学習のこつ」などであり、筆者および教務スタッフが担当。中には「不登校から大学受験ま

で」という題目で在校生に出演してもらった会もあった。参加者は、初回から3回目までは平均10.6名(9名から12名)であったが、4回目以降平均3.3名(1名から5名)と減少し、約半数が継続参加のメンバーとなった。新規参加者もその都度おり、その中で継続参加していく者もいた。

## 2. 導入時の経過

SCの保護者グループへの関わりは講演からであった。当時の担当スタッフがグループ活動の趣旨として参加者が相互に語りあうことを目指していたことを踏まえ、2時間という時間設定のうちすべてを講演にあてるのではなく1時間はディスカッションの時間とし実施した。約20名の参加者がおり講義内容に関する質問を中心に様々な意見がだされた。それに対してひとつひとつ答えていく形式を主にとった。初回時のスタッフのみの振り返りの時に、参加者は家庭での子どもの様子を含め語る場を求めている印象を受けたことが話題となった。その後、再度講演依頼があったが、前回の雰囲気踏まえ講演をメインとするものではなくディスカッションを主とすることを提案した。講義がないことにスタッフに若干の戸惑いはうかがえたものの、前回の雰囲気を足がかりに実施とした。参加人数は6名と減少したものの、自らの家庭で困っていることについて積極的に語られる参加者がおり、それに刺激され自分の体験を話される参加者もありと、参加者が主体的に参加する活発な会であった。また、筆者は、参加者がどのような会を望んでいるのか気になった。そこで会の在り方について希望を聞いてみたところ、「ざっくばらんに話せる会が必要」との意見が多くだされた。中にはテーマはあったほうが良いとの意見もあり、保護者の方がどのようなテーマを望んでいるのかあげてもらった。そこでは、「病院の選び方、病気かどうかのみわけかた」「愚痴をいいたい」「家庭の中での対応の仕方」などがあげられた。スタッフのみの振り返りでは、少人数であったが、各々が発言しあうなかで2時間という時間があっという間に過ぎたことが印象的であったと話題にあがった。

## 3. グループの経過

### 1) 第1期(X年5月からX年7月): グループへの参加の在り方の模索

初回は導入時に実施したセッションで出された希望を基に講演をし、その後をディスカッションの時間とした。そこでは講演内容に関する質問が多数寄せられ、それにコンダクターが答えていくことが主であった。その中で、「自分の場合は」と、自らの体験をもとに質問者にコメントする参加者もあり、そこから参加者同士の意見交換が持たれる場面もみられた。

次のセッションはフリーディスカッションの形式であり、始めて参加される方もおり、ややとまどいがあった様子で短い沈黙が流れたものの、発言が始まると、次第に各々が「家の場合は」と、発言者の言葉から思い出されるエピソードが語られていった。この時期に語られていた内容は、子どもが登校をしぶること、子どもの不安にどのように対応していいか難しいこと、など、子育てをめぐる各々の不安であった。グループの雰囲気として、参加メンバーによっては、笑いあり、涙



あり、しみりとした雰囲気ありと、様々であったが、全体的にアットホームな雰囲気進行していった印象を受けた。

スタッフは、発言に対して、その内容を要約しグループに返し他の参加者に意見を求めることや、スタッフ側から意見を伝えることなどを組み入れ対応していった。グループをマネジメントしていく役割を多く担っていた時期ととれる。

レビューでは、グループの雰囲気や、参加者の語りたいという思いが強いこと、2時間という時間があっという間に過ぎることが印象的であると話題にあがっていた。また、会の進め方についても取り上げられていた。ひとつは講義の設定に関してであり、講演がないセッションでは講義があった方がいいという参加者もおれば、もっと話す時間が欲しいという参加者もあり両方の要望を満たすことの難しさが話題となった。また、講義内容については、学習のコツについてテーマとしたセッションもあったが、その後のディスカッションの内容からは、学習よりもむしろ、子育ての苦勞を分かち合いたいといった雰囲気が感じられ、講演内容も接し方を中心に設定していくことがいいのではと話題となった。3回目から、講義でどのようなテーマを取り上げて欲しいか再度参加者に質問する方向とした。

## 2) 第2期(X年8月からX年12月): グループの安定と語りの増加

この時期から、参加メンバーが10名以内となり、セッションごとに一つのテーマについてじっくりと話題が展開していくことが増えた。話題がつかないセッションもあり、講義があるセッションも講義自体の時間を短縮しディスカッションの時間をメインにとる方向としている。講演を聞くことよりも、語りたいという思いが強くなってきた時期であった。話題となっていた内容はこれまでに引き続き子育てをめぐるものであり、「子どもの反抗期への対応」「子どもが変化しないこと」「ゲームばかりしていること」など様々であった。「反抗期」が主に話題となった会では、参加者から「男ってというのは」「自分の場合は」「兄弟でも全然違う」など話題がひろがり、メンバー同士の自由な発言がみられた。また、参加者が少ないことでのメリットがあると話題になったこともあった。セッションを重ねる度に、スタッフが介入しなくともメンバー同士で自然とアドバイスをしあうといった様子が見られ、グループ自体の成長がうかがわれた。中には、なじみのメンバーのみの会もあり、「この前から比べて」など家庭での子どもの様子やご自身の変化を語られるメンバーもいた。グループの雰囲気は、引き続きやわらかいものであり、笑いあり、涙ありと、両者が入り混じって展開していた。第1期よりもなじみの場所という雰囲気があり、繰り返し参加されているメンバーからは、新しい参加者への配慮もうかがえるものであった。グループ全体に安定感が育っており、子育ての苦樂が語られている印象をうけた。

レビューでは、グループの雰囲気がよいこと、少人数なりのよさがあること、グループが参加者にとってストレス発散の場として機能している印象をうけることなどが話題となっていた。

## 3) 第3期(X+1年1月からX+1年3月): メンバーがメンバーに抱えられる段階

全体としては、これまで同様に日ごろの子育てに関する内容が語られていたが、この頃より、新

規に参加されるメンバーが語る話題に、「それは」と自然と長期参加しているメンバーからコメントある場面が見られた。様々な話題がでるものの、スタッフが積極的に介入せずともメンバー同士でやり取りをしている印象があった。また久し振りの参加メンバーに、継続して参加しているメンバーが「以前より明るくなったのでは」など参加者同士の変化についてコメントする場面もみられ、メンバー同士に時間的な繋がりが出てきていることを意識させられた。最後のセッションでは、これまでの振り返りが中心になされる。子どもの様子や、親の自らの変化などが話題となり、その中で「話してみることで気づくこともあった」「やっぱりこういう場って必要」などと、語る場の必要性について話題となり終了となった。グループの雰囲気は、第2期に引き続き安定感があり、やわらかいものであった。

レビューでは、これまで同様に雰囲気のよさ、スタッフの介入が少なくなってきたことなど話題となる。同時に、グループの今後について話題となった。

#### 4. グループ終了後の経過

SCの業務時間短縮に伴い次年度の保護者グループは教務スタッフのみでの実施となる。

### IV 考 察

#### 1. 本グループの実践から理解された事柄

アンケートの内容と、グループプロセスを主に述べる。

##### 1) 参加者の主観的な体験から

アンケート結果の中で全体を通して一番多くみられたのが、「自分と同じ悩みを抱えている人がいることで気持ちが楽になります」「同じ悩みを持つもの同士だからこそ話ができてよかった」といった、自らが抱えている悩みは自分ひとりのものではないというものであり、これはヤーロム(1991)<sup>9)</sup>がグループの効果としてあげている普遍性と重なるものである。次に「他の人の様子が聞けて参考になった」「具体的な対処が聞けてよかった」「体験談が聞けてよかった」といった感想が続く。また、4回目以降、参加者が少数となり、繰り返し参加する者が増えると、「少人数で参加しやすい」から、「気持ちが楽になった」などが多くみられ、「自分を振り返るヒントになった」といったより自身の体験に近い感想がみられた。ここから、本グループは「子育てについて語り合う」という漠然としたテーマであり、語られた内容は「学校へ行かない」「反抗期」「ネットの問題」など様々であったが、参加者の心情には共通性があり、その場に参加することで安心感を得、孤独感が軽減されるといった体験がなされていることが推測された。

また、9回目以降では「参加することで自分の気持ちの変化が見えた」という感想もあり、自らの成長なり変化を確認する場としてグループが機能していることや、「初参加でしたが自分の話を聞いてもらえたことがありがたかった」とグループが初回参加者に対してサポートする機能を

持っていたこともうかがえた。「わきあいあいではストレス解消になった」「自分の振り返りになる」「元気になる」といった感想もあり、セッションを重ねるごとに凝集性が高まり、相互に学び支えあえるグループに成長していたことがうかがえる。

## 2) グループプロセスから

グループプロセスを振り返ると、第1期は、参加者各々がグループの様子をうかがい、自らの参加のスタンスを決めていた時期ととれた。ディスカッションの内容も第1期では、主にコンダクターに対し質問が多く寄せられ、グループ全体としてはコンダクターへの依存が強い状態と思われた。グループの「参加者同士で語り合うなかで」という趣旨のもと、質問に対しては、すぐにスタッフが考えを述べるのではなく、質問内容を要約し「他の方はいかがですか」と繋げる関わりを多くとった。また、内容によっては「対応について何かヒントを持っている方はおりませんか」と、促す形をとっていった。あくまでも、メンバー間の相互作用を引き起こすことをねらいとしていた。そのような関わりに積極的に発言し参加してくるメンバーもおれば、涙を浮かべながら話をきいているメンバーもあり、また、「講義をきくのはいいが皆の前で話すのはまだ抵抗がある」といったメンバーもあり、各々の立場で本グループを体験していたものと思われる。数回の経過の中で、個別カウンセリングにつながるメンバーもおれば、毎回グループに参加するメンバー、数回に1回の頻度で参加するメンバーと、参加者が自らのニーズに沿ってグループへの参加を決めていたものと思われた。石井(2005)<sup>3)</sup>はSCの立場から保護者会を実践した中で、グループの存在が個別カウンセリング関係へのつながりを作る役割を果たしたと指摘しているが、本グループでも同様の機能がうかがえた。

第2期以降人数が減少するが、これは、これまでの参加の中で各々のグループに対するスタンスが決まり、「参加者同士で相互に語りあい、その中でヒントを得ていく」というグループの方向性に賛同するメンバーが継続参加していく形態となったと思われる。以降、語りあうことを必要としているメンバーが参加していく形となり、グループプロセスもその方向で安定し深まりをみせている。第2期では、「小人数で話しやすい」との感想も多く、人数の減少により場面への安心感が増したものと推測された。当初からこのような少人数の参加者をねらいとしてはいなかったものの、結果として、メンバー同士の相互作用がうまれ体験を分かち合いやすい人数<sup>7)</sup>となった。このような経過から、グループがセッションを重ねるうちに参加者同士の相互の関わりが増え、メンバー同士がともにサポートしあう場として育っていたものと推測された。これはアンケートで記載された内容の質の変化からもうかがえる。

以上、本グループは、テーマも対象者も幅広く、また常に新規参加者がいる自由度の高い構造であったが、語られる内容や心情には共通性があり参加者にとっては意味ある心理的な作用が体験されたこと、セッションを重ねていく中で参加者がグループへの関わりの在り方を決めていき、語り合うことを必要とするメンバーが残っていったこと、そのメンバーによりグループが深まりを見せていったことがうかがえた。



## 2. 実施する中で理解された事柄

### 1) 導入前にディスカッションの場を設けたことの効果

SCが定期的にグループに参加する以前の活動への参加の段階で、参加者同士のディスカッションをメインとしたセッションを設定している。これは、結果として、参加者自身がどのようなグループを望んでいるのかそのニーズをつかむことになり、同時に参加者が主体的に参加し、参加者同士で積極的に語りあう場面を作るための素地を築くことにつながったものと思われる。実際にグループを担当した教務スタッフとの間でも、「語り合う場」を求めていることが話題となった。スタッフにとっても、参加者のニーズを実体験することになり、実際のグループの枠組みを考えることに繋がっていったものと思われる。

### 2) 実施上の工夫の影響

実施時の工夫として、毎回会のはじめに教務スタッフより会の趣旨およびこれまでの流れを説明すること、スタッフも含めた参加者がその都度自己紹介をすること、グループの終了時に毎回今回のグループの振り返りの時間を組み入れた。このような工夫がグループプロセスの進展に直接的にどのような効果をもたらしたのか明確に伺い知ることはできないが、筆者および担当スタッフがレビューで交した主観的な感想を基に考察する。

まず、毎回の趣旨説明と自己紹介は、繰り返し参加している者にとっては、毎回ある種新たな心情でグループに臨むことを意識するきっかけとなるものであり、新規参加者にとっては少しでもグループや参加者の様子を伺い知るきっかけとなるものと推察された。また、参加人数が減少してから、自己紹介の段階で、自らの抱えている悩みを語られるメンバーもあり、次に自己紹介をするメンバーがその内容に刺激され、自らの悩みを語られる場面もあり、自己紹介が終わる段階で、一通り、メンバーの抱えている悩みが語られるセッションもあった。自己紹介が、語るきっかけとして作用していたものと取れる。

次に、グループの終了時の振り返りの時間であるが、これは、そのセッションの感想を語り合うことで、何が生じていたのかを共有し今回の体験にまとめをするという趣のものとして展開した。他のメンバーの感想を聞きながら頷くものもあり、また、あたたかい笑いが起こる場面もあった。セッションが進むにつれ、この何が生じたのかを共有することが、グループの凝集性を高めることに繋がっている印象も受けた。また、新規参加者が振り返りの時に自己紹介以外で初めて発言されることもあり、そこから話題が展開していくセッションもあった。途中からの参加者にとって、発言のきっかけを促すものとして作用する側面もうかがえた。

### 3) スタッフの関わりの変化

開始当時は、講義内容に関する質問が多く寄せられた。これに関して、質問を要約しグループのメンバーに返し、他のメンバーに同様の質問がないか意見を求め、その後、返答できる部分は答えていく方法をとった。これにより、「似ているかもしれませんが」と類似した質問をされるメ



ンバーも出てきた。これは、同様の質問を、自分以外の他者が抱えていることを知ることにになり、同時に一人のメンバーの発言と他のメンバーの繋がりを作る作用があったととれる。これは、他のメンバーからの発言を促す土壌を作ることに繋がったと思われた。ディスカッションのセッションでも同様である。セッションが進むにつれ、このような関わりが減少したが、これは、メンバー同士の凝集性の高まりやグループ自体の安定感が高まったためと推測された。

## V お わ り に

今回の報告は、語り合うことを主な目的とした自由度の高い構造をもつグループの実践報告である。そこではグループの場が、参加者にとってはある種のプラスの心理的な作用をもたらす場として機能していたことがうかがえた。しかし、学校に所属する保護者のニーズは様々である。中には、語ることは抵抗が強く、むしろ講義への期待が強い参加者もあり、本グループはそのような保護者の期待には沿うものではなかった。また、グループに対するスタッフの意向も様々である。スタッフの中にも、少人数で語りあう場が必要との意見もあれば、多くの方に参加してもらえるような会のあり方を探していくのが必要ではないかとの意見もあった。今後は、様々なニーズが飛び交う中で、どこに視点をすえたグループを開催していくのか考えていく必要がある。

また、グループ活動の話題が教務スタッフとの間で交わされた時に、学校の特質やSCへのニーズを考えるとグループの実施に関わることに抵抗はなかった。しかし、限りある勤務時間の中で、SCとして保護者および学生に対して、また学校全体に対してどのような関わりを展開していくことが必要であり可能なのか、今回の試みは、あらためて考えるきっかけを与えてくれた。

## 引 用 文 献

- 1) 富田宏美, 大池ひろ子 (2003) 高校生不登校児とその周辺の青年・家族への援助 思春期グループと親の会等支援の実践から 生活教育 47(4) 18-26
- 2) 佐々木恵美子, 山田志保, 飯島嘉佐美, 稲村 茂 (2000) 思春期・青年期親の会の試み 集団精神療法 第16巻2号 171-176
- 3) 石井信子 (2005) 学校における保護者グループの役割 集団精神療法 第21巻1号 40-45
- 4) 高良 聖 (2002) 特集 初期不安の取り扱い アクショングループの視点から 集団精神療法 第18巻1号 25-28
- 5) 相田信男 (2003) コミュニティー・ミーティングにおけるリーダーシップ—治療共同体へのアプローチをめざして— 集団精神療法 第19巻1号 10-15
- 6) Irvin, D. Yalom., Sophia, Vinogradov. (川室 優訳) (1991) グループサイコセラピー 金剛出版